

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		月謝振替日				
6	7	8	9	10	11	12
育伸テスト 教室受験・提出締切	休校	月謝再振替日			休校 集合休み 自学は振替	
13	14	15	16	17	18	19
	休校					
20	21	22	23	24	25	26
	休校		休校 集合休み 自学は振替			
27	28	開校時間 火～金 14:00～21:10 土 10:30～19:00 日 13:00～17:00 ※ 日曜の時間帯は要確認				

※ 11日、23日の集合授業は休み、自学・各種道場は振替(詳細は別紙参照)

※ 発熱の他、咳、鼻水、腹痛など、少しでも体調が悪い場合は登校を控えてください。



★ 2月の予定 2/6 育伸テスト 2/10 私立高校入試 2/16 京都公立高校入試(前期)

★ 3月の予定 3/8 京都公立高校中期入試 ※各種イベント・春期講習の日程は決まり次第お知らせします。

M.access (エム・アクセス) TEL:075-256-7739 Fax:075-256-7724 E-mail maccess@sch.jp

独断◆全ては「認知的不協和」である。「認知的不協和」とは有り体に言えば「事実と、自分の認識・希望とが異なっている場合に生ずる、心の不快感」である。そして人はその「不快感」を解消するために、事実を曲げて見るという行動にでる。◆イソップの「酸っぱい葡萄」が、良い喩えである。枝に成っている美味しそうな葡萄を、狐が何度も工夫して取ろうとするが、どうしても取れない。結局「あの葡萄は酸っぱいんだ」と捨て台詞を吐いて去る。事実が甘くて美味しい葡萄なのに、それを「酸っぱい」と事実認識を曲げて、不快感を誤魔化す。◆事実認識を曲げないと心が苦しくなる。老人性うつなどはその代表。人間は必ず死ぬのが事実。しかし死にたくないのが希望。歳をとるとどうしても目前に「死」が現れるが、生ずる不協和を誤魔化す手段がない。◆若いうちは「まだまだ先だ」と「死ぬ」事実に触れないことで不協和が起らないようにしている。それでも「お前も死ぬぞ、必ず死ぬぞ」と面前で言われると「縁起でもない」と怒り出すのではないか。怒らずとも不愉快であろう。事実を指摘されて怒るのは、認知的不協和から生じる不快感を昇華する方便である。◆泣くのも、同じ。怒りも悲しみも実は全く同質のもので、認知の不協和をごまかすものである。その他の負の感情も全て同質。嘲り、妬み、憎しみ、焦り、不安、悔しさ等々、人には様々な複雑な負の感情があるけれども、全て、と言って過言では無かろう、認知的不協和から生ずる「苦」の相転移したものだ。◆そのメカニズムを知り「甘い葡萄」に触れてもそれを刹那に手放すことができれば、そこに苦はない。放下着！(み)